

Гъбички по ноктите - Кое е най-важното, което трябва да знаете?

В практиката си на дерматолог ежедневно се сблъсквам със заблуди по отношение на гъбичките по ноктите, затова реших да обобща най-важните неща за това често заболяване в следващия кратък материал.

При лечението на гъбички по ноктите най-важното е да проявите търпение и да сте запознати с основните правила.

Нокътния разтеж е бавен – на ръцете израстват за около 6 – 7 месеца, а на краката за около 9 месеца до 1 година.

ОНИХОМИКОЗАТА – КАК СЕ ПОЯВЯВА?

Гъбичките, причиняващи кожни и нокътни инфекции се намират навсякъде в нашето обкръжение, но най-вече там, където е топло и влажно. Поради това главни източници на инфекцията са плувните басейни, сауни, душкабини.

Обикновено здравият нокът не е лесно податлив на инфекция. Трябва да има определена предразположеност. В повечето случаи онихомикозата започва с оцветяване на предния нокътен ръб и постепенно засяга цялата нокътна плочка.

ПРЕДРАЗПОЛАГАЩИ ФАКТОРИ

1. Наранявания по ноктите или околонокътната кожа.
2. Активно спортуване с травмиране на ноктите.
3. Често използване на непроветриви, тесни обувки или дрехи (гумени спортни обувки, гумени ботуши, гумени ръкавици).
4. Работа във влажна среда.
5. Нарушение на периферното кръвооросяване (напр. при захарен диабет).
6. Забавен нокътен разтеж (напр. при напреднала старческа възраст).

КАК МОЖЕ ДА СЕ ИЗЛЕКУВА ОНИХОМИКОЗАТА

Най-сигурното и бързо излекуване се постига с вътрешно (перорално) лечение.

Излекуване с локално лечение е почти не възможно, с изключение на повърхностната кандидозна инфекция на ноктите. Новото е, че вече не е необходимо лечението да продължава повече от една година. С откриването на нови субстанции натрупващи се в нокътя, времето на лечение се съкрати на три седмици, с терапевтични паузи – пулсова терапия. При пулсовата терапия се приемат за един курс – 2 пъти по 2 капсули в продължение на седем дни, след което следва триседмична пауза. Така се провеждат три курса за ноктите на краката и само два за ноктите на ръцете.

След края на терапията, ноктите не изглеждат напълно излекувани. Това зависи от скоростта на израстването им. Ноктите на краката израстват по-бавно от ноктите на ръцете. Поради това трябва да изчакате достатъчно време, за да израстнат ноктите Ви здрави – на ръцете израстват за около 6 – 7 месеца, а на краката за около 9 месеца до 1 година.

КАКВО ОЩЕ ТРЯБВА ДА ПРАВИТЕ?

След края на лечението, за да се предпазите от повторна гъбична инфекция по ноктите, трябва да спазвате следните основни правила:

1. Подрязвайте често ноктите си, но не много късо. Правете го грижливо. Избягвайте нараняването им.
2. Носете памучни чорапи, които могат да се изпират при по-висока температура и ги сменяйте ежедневно. Гладете ги от вътрешната страна.
3. Подсушавайте добре ръцете и краката си след измиване. Поддържайте стъпалата си сухи.
4. Използвайте индивидуални инструменти за маникюр и лична кърпа за подсушаване. Сменяйте я редовно и я изпирайте при по-висока температура.
5. Отстранявайте редовно вроговените участаци (с пемза или специална гъба).
6. Избягвайте всякакво притискане на пръстите. Пазете ги, ако съществува риск от нараняване.
7. Носете удобни, проветриви и по мярка обувки.
8. Избягвайте да ходите боси при посещенията си на басейни, хотелски стаи, зали за тренировки и др.

С уважение: П. Каляшева